

Таймырское муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Дудинская средняя школа № 5»

**РАССМОТРЕНО**

Методическим советом ТМК ОУ  
«Дудинская средняя школа №5»

Протокол №8 от «16» мая 2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ТМК ОУ

«Дудинская средняя школа №5»

Назарова М.В.

Приказ № 244 от 16.05.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Волейбол»**

физкультурно-спортивной направленности

Уровень программы: стартовый, базовый

Возраст обучающихся: 11 – 18 лет

Срок реализации программы: 2 года

Авторы-составители программы:

педагог дополнительного  
образования Тохтобин Андрей  
Альбертович

Дудинка  
2023

# РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Направленность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Нормативные основания.**

ДОП «Волейбол» разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (ред. От 31.07.2020);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по

организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устава ТМК ОУ «Дудинская средняя школа №5»;
- Лицензии ТМК ОУ «Дудинская средняя школа №5»;
- Образовательной программы ТМК ОУ «Дудинская средняя школа №5».

### **Актуальность программы**

Для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные спортивные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия. Занятия по ДОП «Волейбол» способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

**Новизна программы** заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала и т. д.

### **Отличительная особенность**

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования обучающихся общеобразовательной организации с использованием двигательной активности из раздела «волейбол».

Основной принцип работы секции по волейболу - выполнение программных требований по физической, технической, тактической теоретической подготовке, выраженных в количественных (часах) и качественных (нормативные требования) показателях. Программа предусматривает проведение практических занятий, сдачу контрольных упражнений (тестов), участие в соревнованиях.

Тип дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»:

*по степени освоения:* базовая;

*по организации степени педагогической деятельности:* сквозная образовательная программа.

### **Адресат программы:**

Программа адресована подросткам 11 до 18 лет. Набор в ДОП «Волейбол» производится по следующим параметрам: все дети без предварительного отбора, которые не имеют медицинских противопоказаний.

Наполняемость в группах составляет: до 12 человек. Учебные группы формируются из детей с разным уровнем базовых знаний и физической подготовки.

### **Сроки реализации программы:**

Программа рассчитана на 2 года обучения, по 108 часов в год. На полное освоение программы требуется 216 часов, включая соревнования различного уровня.

### **Формы и методы обучения:**

*Форма обучения:* очная.

*Формы организации занятий:* комбинированная, групповая, индивидуальная.

*Формы организации образовательной деятельности:* занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом.

*Организация аудиторных, внеаудиторных (самостоятельных) занятий, определение формы аудиторных занятий:* беседы, тренировочные занятия, тестирования, соревнования, спортивные конкурсы и праздники. Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность и прочность. Основная задача педагога дополнительного образования для усвоения учебного материала учащимися состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по волейболу в зависимости от возраста учащихся и их индивидуальных способностей.

### **Методы реализации программы**

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: в целом и по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Волейбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий.

*Теоретическая* подготовка включает вопросы истории и современного состояния по волейболу, правил соревнований по волейболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

*Практические занятия* должны быть разнообразными и эмоциональными. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки волейболиста и тактико-техническим действиям волейболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

*Техническая* подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передачи, приемы, нападающий удар.

*Тактические* действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

### **Режим занятий**

В соответствии правилами и нормами СанПиН 2.4.3648-20 занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 академических часов.

## 1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

*Цель:* комплексное развитие физических качеств, совершенствование двигательных умений и навыков в игре волейбол, формирование устойчивых мотивов для реализации своих достижений в соревновательной деятельности.

Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения. Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных *задач*:

### **Образовательные:**

- дать необходимые дополнительные знания в области физической культуры и спорта, спортивных игр;
- приобрести знания о ценностях физической культуры и спорта, их роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить двигательным действиям и воспитать физические качества с учетом индивидуальных особенностей развития;
- научить регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить базовым техническим элементам;
- сформировать тактические навыки ведения игры в волейбол;
- обучить правилам игры в данном виде;
- формировать умения организации самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
- обучить овладению навыками регулирования психического состояния.

### **Развивающие:**

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

### **Воспитательные:**

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1.3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	тема	Количество часов						Форма контроля
		1 год обучения			2 год обучения			
		Теория	практика	всего	теория	практика	всего	
1	Введение	1	-	1	1	-	1	опрос
2	Общая физическая подготовка	1	18	19	1	18	19	Тестирование. Зачетное занятие
3	Специальная физическая подготовка.	1	13	14	1	13	14	Педагогическое наблюдение. Зачетное занятие
4	Техническая подготовка.	1	29	30	1	29	30	Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения Зачетное занятие
4.1	Приемы и передачи							
4.2	Подачи мяча							
4.3	Нападающие удары							
4.4	Блоки							
4.5	Передвижения							
4.6	Защитные действия							
5	Тактическая подготовка	1	27	28	1	27	28	Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения Зачетное занятие
5.1	Тактика групповых и командных действий в нападении и защите;							
5.2	Тактика нападающих ударов;							
5.3	Тактика приема нападающего удара							
6	Правила игры. Психологическая подготовка	2		2	2		2	опрос
7.	Спортивные игры. Участие в соревнованиях.		14	14		14	14	Соревнование. Педагогическое наблюдение
	Итого:			108			108	

#### 1.3.2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 1 года обучения

**Тема. Введение - 1 час**

*Теория:* Физическая культура – средство укрепления здоровья. Техника безопасности. Основы судейской терминологии и жестов.

*Форма контроля:* опрос.

**Тема. Общая физическая подготовка - 19 часов**

*Теория:* Краткие сведения о строении и развитии человеческого организма.

*Практика:* Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех качеств в процессе ходьбы, бега, прыжков, метаний, а также упражнения на различных снарядах, тренажёрах, занятия другими видами спорта.

*Форма контроля:* Тестирование. Зачетное занятие.

### ***Тема. Специальная физическая подготовка – 14 часов***

*Теория:* Воздействие некоторых специальных упражнений на костно-мышечный аппарат.

*Практика:* Упражнения сходные с основным видом действия не только по характеру нервно-мышечных усилий, но и по структуре движений. Акробатические упражнения. Подвижные и спортивные игры. Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

*Форма контроля:* Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения. Зачетное занятие.

### ***Тема. Техническая подготовка - 30 часов***

*Теория:* Теоретические основы технического совершенствования.

*Практика:* Стойки и передвижения (остановки, повороты). Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху, через голову назад, перебрасывание мяча кулаком через сетку). Нападающие удары (прямые, по диагонали, из-за линии нападения). Защитные действия (блоки, страховки, техники приёмов мяча, летящего с высокой скоростью, с перекатом на спину, в падении, ногой.).

*Форма контроля:* Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения. Зачетное занятие.

### ***Тема. Тактическая подготовка - 28 часов***

*Теория:* Характеристика игры команд соперников. Тактический анализ.

*Практика:* Тактика подачи. Тактика передач. Тактика нападающих ударов. Тактика приёма подачи. Групповые и командные действия в нападении («крест», «волна», «эшелон», «морита»). Индивидуальные, групповые и командные действия в защите (одиночный блок, групповой блок, страховки). Тактика приёма нападающих ударов (групповые действия при приёме нападающих ударов, взаимодействия защитников между собой, взаимодействия защитников со страхующими, взаимодействия защитников с блокирующими, взаимодействие при страховке блокирующих).

*Форма контроля:* Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения. Зачетное занятие.

### ***Тема. Правила игры. Психологическая подготовка – 2 часа***

*Теория:* Способы регуляции психического состояния.

*Практика:* Достижение ОБС перед соревнованиями. Сохранение ОБС вовремя соревнований. Аутогенная тренировка.

*Форма контроля:* опрос.

**Тема. Спортивные игры. Участие в соревнованиях. – 14 часов**

*Практика:* Тренировочные игры. Участие в муниципальных соревнованиях.

*Форма контроля:* соревнование. Педагогическое наблюдение.

**2 года обучения**

**Тема. Введение - 1 час**

*Теория:* Физическая культура – средство укрепления здоровья. Техника безопасности. Основы судейской терминологии и жестов.

*Форма контроля:* опрос.

**Тема. Общая физическая подготовка - 19 часов**

*Теория:* Краткие сведения о строении и развитии человеческого организма.

*Практика:* Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех качеств в процессе ходьбы, бега, прыжков, метаний, а также упражнения на различных снарядах, тренажёрах, занятия другими видами спорта.

*Форма контроля:* Тестирование. Зачетное занятие.

**Тема. Специальная физическая подготовка – 14 часов**

*Теория:* Воздействие некоторых специальных упражнений на костно-мышечный аппарат.

*Практика:* Упражнения сходные с основным видом действия не только по характеру нервно-мышечных усилий, но и по структуре движений. Акробатические упражнения. Подвижные и спортивные игры. Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

*Форма контроля:* Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения. Зачетное занятие.

**Тема. Техническая подготовка - 30 часов**

*Теория:* Теоретические основы технического совершенствования.

*Практика:* Стойки и передвижения (остановки, повороты). Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху, через голову назад, перебрасывание мяча кулаком через сетку). Нападающие удары (прямые, по диагонали, из-за линии нападения). Защитные действия (блоки, страховки, техники приёмов мяча, летящего с высокой скоростью, с перекатом на спину, в падении, ногой.).

*Форма контроля:* Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения. Зачетное занятие.

**Тема. Тактическая подготовка - 28 часов**

*Теория:* Характеристика игры команд соперников. Тактический анализ.

*Практика:* Тактика подач. Тактика передач. Тактика нападающих ударов. Тактика приёма подач. Групповые и командные действия в нападении («крест», «волна», «эшелон», «морита»). Индивидуальные, групповые и командные действия в защите (одиночный блок, групповой блок, страховки).

Тактика приёма нападающих ударов (групповые действия при приёме нападающих ударов, взаимодействия защитников между собой, взаимодействия защитников со страхующими, взаимодействия защитников с блокирующими, взаимодействие при страховке блокирующих).

*Форма контроля:* Педагогическое наблюдение. Контрольные упражнения. Зачётное занятие.

***Тема. Правила игры. Психологическая подготовка – 2 часа***

*Теория:* Способы регуляции психического состояния.

*Практика:* Достижение ОБС перед соревнованиями. Сохранение ОБС вовремя соревнований. Аутогенная тренировка.

*Форма контроля:* опрос.

***Тема. Спортивные игры. Участие в соревнованиях. – 14 часов***

*Практика:* Тренировочные игры. Участие в муниципальных соревнованиях.

*Форма контроля:* соревнование. Педагогическое наблюдение.

.

## 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### 1.4.1. ЛИЧНОСТНЫЕ

- овладеет способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в тренировочной деятельности;
- овладеет навыками выполнения разнообразных физических упражнений, научится максимально проявлять физические способности (качества) в повседневной жизни.

### 1.4.2. МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

- развитие двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности.
- развитие специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств) для успешного овладения навыками игры в волейбол.

### 1.4.3. ПРЕДМЕТНЫЕ

**К концу I года обучения** по программе учащиеся должны:

*Учащиеся должны знать:*

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила личной гигиены;
- историю Российского волейбола;
- лучших игроков края и России;
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- знать азбуку волейбола (основные технические приемы).
- знать простейшие правила игры и правила проведения соревнований.

*Учащиеся должны уметь:*

- выполнять перемещения на сетку;
- выполнять ловлю и передачу мяча на места, в парах;
- владеть техникой нападающего удара и различными приемами подачи.

**К концу II года обучения:**

*Учащиеся должны знать:*

- вопросы о физической культуре и спорте в России;
- состояние и развитие волейбола в России;
- влияние физических упражнений на организм спортсмена;
- знать азбуку волейбола (основные технические приемы).

*Учащиеся должны уметь:*

- передвигаться в защитной и нападающей зонах;

- выполнять нападающий удар над сеткой;
- выполнять приемы (нижние и верхние) мяча в различных стойках;
- владеть техникой подачи с места и в прыжке;
- выполнять передачи в каждую зону;
- играть по упрощенным правилам в волейбол;
- владеть технико-тактическими действиями в игре;
- взаимодействовать с партнерами в процессе занятий.

Учащиеся, занимающиеся по ДОП «Волейбол» должны иметь приросты показателей физической подготовленности после окончания учебного года и показывать результаты не ниже среднего уровня их развития.

Итоговый показатель работы дополнительного образования - выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности волейболиста и участие в соревновательной деятельности.

## РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Режим организации занятий по дополнительной общеобразовательной программе «Волейбол» определяется календарным учебным графиком, соответствующим нормам, утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

п/п	Год обучения	Дата Начало занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	1 года обучения	01.09.23	31.05.24	36	72	108	2 раза в неделю по 1,5 академических часа	Промежуточная аттестация - 25-31 май
2.	2 года обучения	01.09.24	31.05.25	36	72	108	3 раза в неделю по 1,5 академических часа	Итоговая аттестация- 25-31 май

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 2.2.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Наименование	Количество	примечание
Спортивный зал	1	
Волейбольная сетка	2	
Волейбольные мячи	10	
Набивные мячи	5	
Гимнастические скакалки	15	
Гимнастические коврики	15	
Гимнастические маты	5	
Шведская стенка	1	

### 2.2.2. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Волейбол для всех: [Электронный ресурс]. URL: <http://www.volley4all.net/>
2. Всероссийская федерация волейбола: [Электронный ресурс]. URL: <https://www.volley.ru>
3. VOLLEYBOLIST: [Электронный ресурс]. URL: <https://volleybolist.ru>
4. VOLLEYBOLIST: Обучающее видео. [Электронный ресурс]. URL: <https://volleybolist.ru/multimedia/videolessons.html>

### 2.2.3. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Педагог дополнительного образования, непосредственно обучающий детей, должен соответствовать следующим требованиям: иметь высшее или средне-специальное педагогическое образование.

### 2.3. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В течение всего обучения ведется наблюдение за изменениями уровня общей и специальной физической подготовленности детей; за освоением технических приемов волейбола, а также за тактическим ростом мастерства.

При зачислении детей на обучение проведение входного мониторинга физических способностей и технических навыков не предусмотрено.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

Промежуточная аттестация предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в школьных и муниципальных соревнованиях по волейболу.

Промежуточный контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Итоговая аттестация проводится в конце 2 года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального и прочих.

Одним из методов отслеживания успешности овладения обучающимися содержанием программы, возможно при использовании:

- педагогическое наблюдение (контрольные тесты по развитию физическим качествам, участие в соревнованиях школьного и муниципального этапов);

- педагогический мониторинг, это выполнение контрольных заданий по учебным разделам в волейболе.

В практической деятельности контроль за технической подготовленностью осуществляется на основании визуального наблюдения, прежде всего по показателям эффективности и освоенности техники:

- «отлично» – обучающийся получает тогда, когда задание выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко;

- «хорошо» – обучающийся получает тогда, когда задание выполнено в целом правильно, но допущено не более двух незначительных ошибок, которые ведут к неточному выполнению упражнения и некоторой скованности движений;

- «удовлетворительно» – обучающийся получает тогда, когда совершается одна грубая ошибка, ведущая к искажению основы техники движений, или три незначительные ошибки, которые приводят к неточному и неуверенному выполнению данного движения.

Результативность освоения программы также является соревновательная деятельность, участие в спортивных мероприятиях как школьного и муниципального уровня.

**Диагностическая карта контроля  
уровня обученности по волейболу**

№	ФИО обучающегося	Теоритические знания	Практические знания	Участие в соревнования	итого

## 2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Методическое обеспечение программы 1 года обучения:

№ п/п	Тема программы	Форма организации и проведения занятий	Методы и приемы	Дидактические материалы	Вид и форма контроля
1	Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России	Беседа, опрос с элементами практической работы	Словесный, наглядный, практический	Литература по теме. Просмотр видеозаписей игр	Текущая беседа
3	Правила игры в волейбол.	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, игровой, практический	Литература по теме. Просмотр игр. Карточки с заданием	Промежуточный контроль Наблюдение педагога
4	Общая и специальная физическая подготовка волейболиста	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, практический	Выполнение указанных упражнений	Промежуточный контроль Наблюдение педагога
5	Техника игры в волейбол	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, практический	Просмотр игр	Промежуточный контроль Наблюдение педагога
6	Тактика игры в волейбол	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, практический	Просмотр игр	Промежуточный контроль Наблюдение педагога
7	Участие в соревнованиях		Словесный, наглядный, практический		Соревнования школьного и муниципального уровня

### Методическое обеспечение программы 2 года обучения:

№ п/п	Тема программы	Форма организации и проведения занятий	Методы и приемы	Дидактические материалы	Вид и форма контроля
1	Развитие волейбола в России	Беседа, опрос с элементами практической работы	Словесный, наглядный, практический	Литература по теме. Просмотр видеозаписей игр	Текущая беседа
3	Правила игры, организация и проведение соревнований	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, игровой, практический	Просмотр и обсуждение игр	Наблюдение педагога
4	Общая и	Практическая	Словесный,	Показ техники.	Наблюдение

	специальная физическая подготовка волейболиста	работа с элементами беседы	наглядный, практический	Иллюстрация техники с помощью наглядных пособий	педагога Промежуточный контроль
5	Техника игры в волейбол	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, игровой, практический	Показ техники. Спортивные игры	Наблюдение педагога Промежуточный контроль
6	Тактика игры в волейбол	Практическая работа с элементами беседы	Словесный, наглядный, игровой, практический	Просмотр и анализ тактики игры.	Наблюдение педагога Промежуточный контроль
7	Участие в соревнованиях	Групповая практическая работа	Словесный, наглядный, практический		Итоговый контроль

## **2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **2.5.1. Список литературы, рекомендованный педагогам (коллегам)**

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
3. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014. 61с.
4. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
5. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.
7. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Раздел 3. X-XI классы. Часть 1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы). Волейбол (юноши и девушки). Часть 3. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И. Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).

### **2.5.2 Список литературы, рекомендованной обучающимся**

1. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
2. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
3. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
4. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
5. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
6. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.

### **2.5.3. Список литературы, рекомендованной родителям**

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А. Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. -2-е изд.-М: Просвещение, 2012. (Работаем по новым стандартам)
2. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
3. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.

4. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. - Омск: СибГАФК, 2002
5. Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1991.
6. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие - Нижневартовск, 2001.
7. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.